Gros plan sur

Pour un retour à domicile organisé et coordonné

Les aléas de la vie peuvent avoir de lourdes conséquences sur l'autonomie, la mobilité et les habitudes de vie de chacun. Lorsque les besoins nécessitent la présence de plusieurs intervenants médico-sociaux, Aide & Soins à Domicile (ASD) assure gratuitement la coordination des services et des prestataires autour du patient et de sa famille en étudiant avec eux les solutions les mieux adaptées. En Marche a rencontré une de ces coordinatrices.

Madame Malone* s'apprête à fêter son 88e anniversaire. Elle vit seule dans son appartement situé au cœur de Liège et était complètement autonome jusqu'à cette vilaine chute survenue au mois de novembre dernier. *"Je n'arrive toujours pas à m'expliquer ce qui s'est passé ce jour-là... Je me souviens que j'étais assise dans mon fauteuil. Et puis, plus rien, c'est le trou noir ! Quand je me suis réveillée avec le bruit de la clé dans la serrure, j'étais allongée par terre et je n'arrivais plus à bouger car mes pieds étaient emballés dans le tapis ! Si mon petit-fils n'était pas passé, je ne sais pas combien de temps je serais restée comme ça... Je ne serais peut-être plus là pour en parler !"*

> *"Quand je me suis réveillée, j'étais allongée par terre et je n'arrivais plus à bouger".*

Hospitalisation et convalescence

Après dix jours d'hospitalisation à l'hôpital Saint-Joseph pour une fracture du col du fémur, Mme Malone a passé six semaines de convalescence au Domaine de Nivezé (Spa). Cette période de repos a pris fin le 29 décembre, au grand bonheur de celle-ci : *"J'étais si contente de revenir chez moi ! Je sais que cette transition était nécessaire mais Nivezé, c'était beaucoup trop loin pour moi et j'avais très envie de retrouver mon appartement. Cela fait 27 ans que je vis ici."*

Cette période de convalescence a également permis à la fille de Madame d'organiser son retour dans les meilleurs conditions possibles, comme l'explique Marjorie Maury, assistante sociale de formation et coordinatrice à Aide & Soins à Domicile (ASD) depuis 18 ans : *"La fille de Madame Malone m'a contactée dans le courant du mois de décembre. Nous nous sommes très vite rencontrées une première fois pour préparer son retour de Nivezé, analyser la situation et lui proposer des solutions adaptées à ses besoins"*.

Retour à domicile anticipé

Dans un premier temps, Marjorie a pris contact avec le médecin généraliste. Celui-ci étant en congé, il lui a donné le nom de son remplaçant mais Mme Malone a préféré attendre son retour pour programmer la visite. En bonne entente avec la convalescente et sa fille, la coordinatrice a programmé la venue de l'aide familiale une fois par semaine. Son rôle est de seconder Madame dans les actes de la vie quotidienne (entretien courant, lessive, repassage, préparation des repas, courses...) mais elle a également une fonction d'accompagnement, de soutien moral, et peut l'aider à faire sa toilette.

La situation de l'intéressée ne nécessite pas de recevoir des soins d'une infirmière à domicile. La coordinatrice a rappelé qu'il était évidemment toujours possible d'ajuster les aides si elle a d'autres besoins.

Avant son hospitalisation, une aide-ménagère prestait quatre heures tous les 15 jours au domicile de l'octogénaire. Marjorie a contacté le service pour prévenir de son retour et elle a organisé la venue du kinésithérapeute tous les deux jours. Elle a également fait appel au système de téléassistance Vitatel qui permet à Madame Malone, d'une simple pression sur le bouton émetteur d'un pendentif, d'entrer en contact avec une centraliste qui, elle-même, contactera sa fille ou toute autre personne préalablement choisie.

Evaluation des besoins

Une semaine après le retour à domicile, une seconde rencontre est planifiée entre la coordinatrice ASD, Madame Malone et sa fille. *"Cette deuxième visite est aussi importante que la première"* explique Marjorie. *"Dans un premier temps, nous avons géré l'urgence mais maintenant que Madame est rentrée, nous allons analyser avec elle comment elle se sent et si elle a d'autres besoins pas encore rencontrés."*

> *"C'est magnifique de pouvoir compter sur toutes ces aides ! Je ne dois plus rien faire !"*

Très rapidement, la coordinatrice constate que Madame Malone est heureuse d'être à nouveau dans ses murs : elle semble calme, apaisée et plutôt sereine jusqu'à ce qu'elle aborde sa chute : *"Ce qui me fait peur à présent, c'est de retomber..."*. Après l'avoir rassurée en lui rappelant qu'elle dispose de son système de téléassistance, elle lui conseille de toujours bien utiliser le cadre de marche qu'elle a loué chez Qualias : *"Vous avez opté pour le modèle de base mais il existe aussi d'autres modèles avec roues si vous souhaitez sortir ; parlez-en avec votre kiné."*

Marjorie lui propose également de faire appel à un ergothérapeute de Solival : *"Il vous donnera des trucs et astuces pour éviter les chutes ou vous relever plus facilement. Il pour-ra aussi vous donner des conseils pour aménager votre domicile. C'est gratuit, vous pouvez obtenir des devis pour voir si ces aménagements sont envisageables et, bien entendu, vous n'êtes pas obligée de tout prendre"*. Cette proposition est rapidement acceptée tout comme celle de la visite de l'assistante sociale de la MC : *"Elle peut passer pour vérifier les avantages auxquels vous avez droit, vous aider pour les factures, les paiements, vérifier que tout est en ordre au niveau de l'assurance hospitalisation et du remboursement de vos attestations de soins..."*

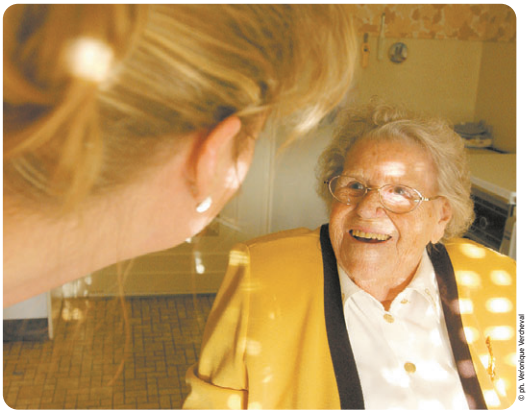
Sa fille serait rassurée qu'elle fasse une prise de sang pour vérifier que tout va bien car elle a beaucoup maigri suite à son hospitalisation. Moyennant une prescription du médecin, Marjorie l'informe que cette prise de sang peut être réalisée gratuitement à domicile grâce aux infirmières de l'ASD. Enfin, si elle doit se rendre à un rendez-vous à caractère médical, elle lui signale qu'elle peut bénéficier du transport et de l'accompagnement par des bénévoles organisés par la MC et Altéo.

Un rôle de soutien

À côté de l'analyse des besoins, la coordinatrice de l'ASD remplit une fonction de coordination des différents services et prestataires nécessaires au confort et à la sécurité de Madame Malone. Ce rôle est particulièrement apprécié par sa fille : *"Je suis fille unique et ma maman est très solitaire : elle ne reçoit jamais d'amis et, d'un naturel méfiant, elle est très réticente à l'idée de confier les clés à d'autres personnes que moi. Je m'en occupe donc le plus possible, je lui amène des repas, je l'aide pour sa toilette mais elle a toujours été si indépendante : ça nous change la vie ! Je suis bien contente d'avoir quelqu'un qui me renseigne convenablement et qui prend à cœur son métier. C'est magnifique de pouvoir compter sur toutes ces aides ! Je ne dois plus rien faire !"* conclut-elle en riant.

Marjorie prend congé des deux dames en leur signalant qu'elle reste à leur disposition et qu'à tout moment, si elles le souhaitent, elles n'hésitent pas à la contacter pour organiser une réunion de coordination. Celle-ci rassemblerait le médecin et les différents intervenants qui se relaient autour de Madame Malone pour lui permettre de rester à son domicile dans les meilleures conditions possibles.

STÉPHANIE BOUTON



© ph. Véronique Verchevalt

* nom d'emprunt

Vos avantages MC

Aide & Soins à Domicile est un partenaire privilégié de la MC. Grâce à votre assurance complémentaire, vous bénéficiez des avantages suivants :

- Soins infirmiers 100% remboursés
- Tarifs préférentiels pour les services d'aide-ménagère et de garde à domicile
- 10 jours gratuits pour la garde d'enfants malades (0-12 ans)
- Moyennant une prescription médicale, prises de sang (à domicile ou au laboratoire CHC) gratuites. Seule l'analyse biologique est facturée par le CHC.

Pour découvrir l'ensemble de vos avantages 2015, rendez-vous sur www.mc.be/2015 ou demandez la brochure à votre conseiller mutualiste.

Un numéro de téléphone unique

Depuis le 1er janvier, la Mutualité chrétienne de Liège met à votre disposition un numéro d'appel unique pour obtenir toutes les informations concernant le maintien et le retour à domicile.
Des professionnels répondent à vos questions, vous orientent, vous conseillent et assurent une gestion coordonnée et personnalisée de votre situation.

Contact : 04/221.74.29 • domicile.liege@mc.be

La coordination en quelques chiffres*

- 5 coordinatrices
- 1.423 demandes reçues et traitées
- 941 dossiers de coordination (patients suivis)
- 955 visites à domicile
- 165 réunions de coordination

Contact : 043/428.428 • www.fasd.be/liege

* Chiffres 2014 – Liège-Huy-Waremme

Mutualité chrétienne de Liège
38 Place du XX Août à 4000 Liège
Éditeur responsable : Rudolphe Bastin
Coordinatrice Presse et Médias : Stéphanie Bouton
Tél. : 04/230.16.57 – Service Communication-Marketing
E-mail : enmarche.liege@mc.be
Une erreur dans votre adresse postale ?
Signalez-le via www.mc.be/journal ou auprès du 0800 10 9 8 7

Évènement

Anima, festival du film d'animation pour petits et grands

Durant le congé de détente, les cinémas des Grignoux mettent les petits plats dans les grands pour séduire les passionnés de cinéma d'animation de tous âges. Partenaire du Festival Anima, la MC Liège offre les chocos glacés aux enfants et vous propose de gagner des places pour assister à deux séances.

Anima, c'est reparti ! Pendant neuf jours, les trois salles obscures liégeoises projetteront des images animées de tous genres et de toutes provenances pour le plus grand plaisir des grands et des petits.
Parmi les films attendus, on pointera, entre autres, l'avant-première de *"Shaun le mouton"* des studios Aardman, une expo de dessins sur le thème du film *"Le garçon et le monde"* qui sera également présenté en avant-première, la présence de réalisateurs, le concert jeune public des Vaches Aztèques ou encore la "Nuit animée" avec 35 court-métrages à découvrir.

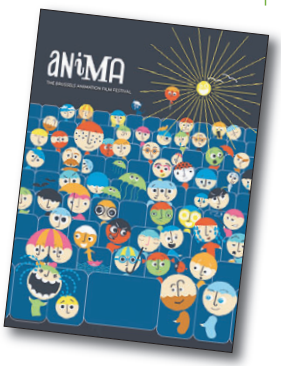
Parallèlement à cette distribution gourmande, la MC mènera une action de prévention.

Chocos glacés

C'est une tradition à Anima, des chocos glacés seront offerts aux enfants à l'issue des séances qui leur sont plus spécifiquement destinées :
> de 10h à 14h au Sauvenière
> de 14h à 16h au Parc
Cette année encore, c'est grâce à la MC que vos enfants pourront se régaler : un clin d'œil à son avantage Dento solidaire qui leur permettra de profiter longtemps des chocos glacés grâce à de meilleurs remboursements en soins dentaires.

Phil chez le dentiste

Parallèlement à cette distribution gourmande, la MC mènera une action de prévention aux dates suivantes :
> le samedi 14 février après-midi au Sauvenière,
> le mardi 17 février, avant le concert jeune public, au Parc,
> le mercredi 18 février après-midi au Sauvenière.
Les jeunes spectateurs repartiront avec un gobelet, une brosse à dents et un livret de jeux "Phil chez le dentiste" destiné aux enfants dès 7 ans.



En pratique

Dates : du **14 au 22 février**
Lieux : dans les trois cinémas des Grignoux (Le Parc, Churchill et Sauvenière), à Liège
Prix : 6,50 EUR • 5,30 EUR pour les moins de 21 ans

Séances de 10h à tarif réduit (4 EUR) du lundi au vendredi au Sauvenière.
Programme complet : www.grignoux.be/anima

Concours : 40 places à gagner !

La MC Liège vous offre 10 X 2 places pour les séances suivantes :
- *"1108 Rois Démons"* de Pascal Morelli (1h44, version française, dès 7ans) au Cinéma Sauvenière le **samedi 14 février** à 14h. Une rencontre en présence du réalisateur sera organisée à la fin du film.
- Avant-Première de *"Le Petit Monde de Léo"* de Giulio Gianini (30min - muet et VF - dès 2,5ans) au Cinéma Sauvenière le **mercredi 18 février** à 14h. La projection sera suivie d'un duo conté (20 à 30 min).

Pour remporter ces places, inscrivez-vous avant le mercredi 4 février sur www.mc.be/concoursanima. Les gagnants seront prévenus par e-mail.

Ateliers

Une vie après le travail

Le passage à la retraite constitue un événement de vie généralement très important pour les personnes qui y sont confrontées. Selon les études, 20 à 30% des personnes vivent ce passage comme un choc ou comme une crise. Pour d'autres, il peut être associé au bien-être. Quoi qu'il en soit, il laisse rarement indifférent, et charrie son lot de craintes, d'espoirs et de défis.

La campagne "Une vie après le travail" lancée par Énéo, mouvement social des aînés, partenaire de la MC, vise à sensibiliser le public à la nécessité de préparer cette nouvelle tranche de vie.

Cycles de formation

Énéo, en partenariat avec la MC et le centre de planning familial Le "37", propose des cycles de formation visant à préparer les futurs ou jeunes retraités à leur "seconde vie".

Ces rencontres apportent des réponses à leurs questionnements et leur ouvrent les portes du "bien vieillir" en diversifiant les approches (brochure, séances d'information collectives, modules thématiques, partages d'expériences...).

Un nouveau cycle est programmé en 2015. Il s'articulera autour de quatre thèmes principaux :
- La pension, mode d'emploi
- Projets en mouvements
- Estime de soi
- Santé et bien-être

En pratique

Le module de six séances se déroulera de 18h à 21h (accueil avec sandwiches) les **lundis 23 février, 2, 16** et **30 mars, 20 avril** et **4 mai.**

Tarifs pour l'ensemble du module : 25 EUR - 15 EUR pour les BIM (Bénéficiaires de l'intervention majorée)
Lieu : MC Liège, place du XX Août 38 à 4000 Liège.

Infos et inscriptions (dans la limite des places disponibles) : unevieapresletravail@mc.be • 04/221.74.46.
Retrouvez la campagne d'Énéo sur www.unevieapresletravail.be

JOGGINGS

La MC Liège est partenaire du "Challenge condrusien" et des prochaines courses qui se dérouleront aux dates suivantes :
> Le **samedi 7 février** au Château de Modave à 16h
> Le **samedi 28 février** à Nandrin à 16h
Dans le cadre de son avantage sport, la MC Liège intervient à concurrence de 35 euros dans vos frais d'inscription au Challenge condrusien.
Infos et inscriptions : http://challenge-condrusien.lavenir.net

PARTENAIRE

Production locale

///

Le MOC (Mouvement ouvrier chrétien) vous invite à rejoindre un groupe de réflexion sur la production locale et l'alimentation durable en Hesbaye et Condroz.
L'objectif est de rapprocher les citoyens et le monde agricole, mais aussi de mieux connaître les enjeux liés à l'agriculture en vue d'une alimentation durable, qui soit donc respectueuse de l'environnement et de ses travailleurs, une alimentation saine et accessible à toutes et tous.
Concrètement, le groupe partira à la rencontre de producteurs locaux et d'initiatives locales prônant le circuit court. Il évaluera le fonctionnement et l'impact des circuits de distribution classiques et leurs possibilités de promotion et de vente des productions locales.
Les rencontres ont lieu à Huy, dans les bureaux du MOC (avenue Albert 1er 6).
Intéressé(e) par cette démarche ? Contactez le 04/232.61.69 • libert@mocliege.org

Testament de vie

///

Les aînés du MOC de Liège vous invitent à une journée d'étude qui vous permettra de découvrir le travail réalisé par le Conseil Consultatif Communal des Aînés de Wanze sur le testament de vie.
Comment m'assurer que ce que je souhaite pour moi soit effectivement fait ? Comment faire pour faire respecter mes choix si je n'ai plus les moyens d'exprimer mes intentions alors que la maladie ou un accident survient ? À qui donner des directives pour ma fin de vie ?
Le testament de vie permet à la personne d'anticiper ses choix pour certains problèmes qui pourraient survenir et avoir la garantie que ses volontés soient respectées jusqu'au bout.
Présentation par Michel Grégoire, membre du CCCA de Wanze.
Date : le lundi 2 février de 9h45 à midi
Lieu : à la CSC de Liège (salle du rez-de-chaussée), rue Grande Bêche 56 à 4020 Liège
Entrée gratuite
Infos et inscriptions : 04/232.61.61 • mutsers@mocliege.org

MATÉRIEL D'AIDE & DE SOINS

QUALIAS
Matériel d'aide et de soins – Vente et location
Partenaire Mutualité chrétienne

Oreillers Tempur

Les magasins Qualias vous proposent 20% de réduction sur l'ensemble de la gamme des oreillers Tempur qui vous apporteront un soutien ergonomique à la tête, au cou et aux oreilles.

Tempur vous propose deux collections d'oreillers différentes :
> Les oreillers "confort" : une forme classique pour un confort optimal
> Les oreillers "ergonomiques" : des oreillers préformés pour vous soutenir dans votre position de prédilection

20 % de remise

Prix de vente habituel 99 EUR - Remise de 20% accordée aux membres MC de la Province de Liège*

INFOS ET ACHAT AUPRÈS DES MAGASINS QUALIAS :
- Rue du Méry 1 à 4000 Liège – 04/221.18.15.
- Route du Condroz 475 à 4031 Angleur – 04/367.15.15.
- Rue Mitoyenne 910 à 4710 Eupen (Lontzen) – 087/88.17.15.

WWW.QUALIAS-LGVE.BE

WWW.QUALIAS-LGVE.BE

* Prix indicatif pour l'oreiller Tempur original, offre valable jusqu'au 18 février 2015.